

成人女性の心理的 well-being

—年代による変化—

内 野 恵 子

I 問題および目的

本研究の目的は、成人女性の心理的 well-being の年代による変化を、次元尺度の検討、及び下位項目に関して詳細に明らかにすることにある。下位項目までに至って検討する理由は、2点ある。はじめに、次元についていえば、尺度作成において「 α 係数を高めることだけを目標に尺度構成を行うことの問題点を示唆する」(村上, 2000) といったように、尺度の信頼性を高めるために次元が成り立っている場合が多いこと、同じ項目から「得られた因子構造は研究によりまちまち」、「不一致が見られる」(酒井, 2001) といわれるように、調査対象者や分析手法で次元が違った結果になりうることから次元自体は不安定なものであるといえる。次に、アメリカの心理学者 Ryff (1989) の「心理的 well-being は、意味ある人生あるいは自己実現の希求に注目しており、日常生活でのさまざまな課題を通じた達成、たとえば、意味ある目標の追求や一人の人間としての成長発達などについての認知ととらえられている」(酒井・矢野・羽田野・澤田, 2004)。そして、既存の「主観的 well-being は、一人の社会構成員に与えた生きがいの状況に対してどう考えているか、またはどのような経験をしたかを意味すること」で「客観的な生きがいの状況に対して主観的評価である主観的満足や肯定的・否定的な情緒経験の程度をいう」(張・尹・呉, 2001) ことに対して Ryff (1989) は、この経験的な主観的 well-being が理論的根拠に基づいていないと述べた。そして、Rogers (1961)「十全に機能する人間の描写」、Erikson (1959)「心理社会的発達段階」、Maslow (1968)「自己実現概念」、Jung (1933)「個性化の概念」、Allport (1961)「成熟の概念」などの基礎諸理論の理論的構成に基づく項目作成をした。すなわち、Ryff (1989) は、既存の主観的 well-being の項目内容が経験に基づく選定であるため、新たに先述の理論的解釈から心理的 well-being 項目作成しており、さらに客観性を持った項目であると解釈できることから本研究で検討するに値するといえる。

ここで、成人女性の心理的 well-being と年代に関する研究を概観してみる。はじめに発達心理学研究の西田 (2000) は、Ryff (1989) の心理的 well-being6 次元尺度の概念から日本語版心理的 well-being6 次元尺度を作成し、年代、就労の有無、社会活動の有無、社会的な役割達成感によってどのように心理的 well-being と関連するのか心理的側面を明らかにした。そこでは、年代によって心理的側面が異なり次元により発達心理的变化が示された。また女性は、社会活動の参加、就労・妻・母親役割などから年代による役割を獲得し、それによる達成感が異なった次元に関連することを明らかに

した。しかしながら、年代と心理的 well-being との関連はどれも次元の水準にとどまっており、下位項目までは検討していない。

次に、小学校中学校の女性教師の職業要因と家庭要因との関連が、どのように心理的 well-being に影響を及ぼすのかについて、西田（2000）の心理的 well-being6 次元の中の3次元を用い検討した研究がある（澤田ほか，2008）。その結果、職業要因と家庭要因によって、3次元が異なる様相になることを明らかにした。しかし、これらの研究では、いずれも心理的 well-being の次元レベルでの違いや相関の考察であり、具体的な下位項目の検討がなされていない。

ここで、本研究の目的の、下位項目検討の重要性を述べる。Ryff（1989）は、既存の well-being 尺度が経験による項目選定であることを批判し、心理的 well-being 項目作成に理論的解釈を行った。その項目は、臨床的知見に基づき生涯発達の視点を持った構成項目で、既存の心理的 well-being よりもさらに客観性、普遍性を合わせ持つ安定した項目であると考えられることから、信頼性の高い結果をもたらすといえる。また、潜在的因子に基づく次元という現実の生活に直接的に結びつきにくい潜在意識と社会的な役割とを関連づけるのみでは、成人女性の各ライフステージの様相を明確に示すことができないであろう。

そこで本研究では成人女性への心理的 well-being 側面の次元に基づく潜在意識と、下位項目を分析することで、さらなる詳細な心理的要素と年代との関係を明らかにすることを目的とする。成人女性の心理的 well-being の年代を通して検討することの意味は、2点ある。はじめに、成人女性の研究は「育児期、成人中期などの特定の期間に焦点を当てた研究が多いこと」（西田，2000）である。このことに関して女性の「成人早期の多数の役割関与が中年期の人格的発達、生殖性、役割の質に影響を与える」（Vandewater ら，1997）といわれているように、成人全般を通しての検討は重要である。次に、現代女性の様々なライフスタイルがあることから年代の検討は重要である。すなわち女性は「ひとたび青年期、成人初期に達し、就職・結婚・出産期を迎えると、多くの枝に分かれてい」き「女性自身がどのライフコースを選んでいったとしても、自分の人生のあり方や子育て、老親の世話などのストレス危機がある」（岡本，1997）ことから女性のライフコースはさまざまであるがゆえに、年代によって多様な心理的また身体的転換がある。その生涯幾度となく訪れる転換期を乗り越える心理的 well-being の様相を、各ライフステージに沿ってどのように変化していくのか明らかにすることにある。

ここで、成人の心理的側面を測る尺度について概観すると、例えば「不安・うつ」「士気」「自尊感情」「生活満足感」「主観的幸福感」などがある。しかし既存の心理的尺度が一面的な要素しか持たえていないことに比べ、Ryff（1989）の心理的 well-being6 次元尺度は「複数の構成要素」を含み（西田，2000）、「生涯発達の知見および臨床的知見からその基本的な特徴を定義している」（西田，1999）といえる。また心理的 well-being の日本語版尺度作成を試みた西田（1999，2000）研究では、アメリカ版心理的 well-being6 次元（Ryff，1989）の概念を整理した上で、日本語版心理的 well-being6 次元尺度を作成した（資料1）。この西田（1999，2000）が作成した心理的 well-being 尺度は、既存の主観的幸福感、生活満足感、精神的健康、自尊感情との関連を検討した結果、「それぞれの次元が心理的

well-being の包括的な心理状態を測定し」たものであるといわれ、独自性が高く、また尺度の信頼性妥当性も高いものであることが示された。そこで、本研究では Ryff (1989) の心理的 well-being6 次元の日本語版心理的 well-being6 次元 43 項目 (西田, 2000) を用いて実施した質問紙調査の結果をその下位項目にまでわたって詳細に分析する。

II 方 法

本研究で用いる心理的側面の測定尺度は、心理的 well-being (Ryff & Keys, 1995) に基づく信頼性および妥当性の高い西田 (2000) の心理的 well-being6 次元「人格的成長」「人生における目的」「自律性」「自己受容」「環境制御力」「積極的な他者関係」下位 43 項目 (日本語版) を用いる (資料 1)。

調査対象者は、20 歳から 60 歳までの男女であり、調査票の配布数は 420 票、回収数は 335 票、有効回収数は 331 票 (有効回収率 79%)、内訳は男性 90 人、女性 241 人である。

ただし本研究では、男性と女性のサンプル数の差が大きいことから、女性 241 人について分析する。また、西田 (2000) の 6 次元と比較するために、年代については、①「25 - 34 歳」50 人 (20.7%)、②「35 - 44 歳」110 人 (45.6%)、③「45 - 54 歳」48 人 (19.9%)、④「55 歳 -」33 人 (13.7%) に分けて検討する。以下分析においては、1. 成人女性の心理的 well-being6 次元の年代別変化、2. 下位項目における年代別変化の順で検討する。

III 結 果

1 心理的 well-being6 次元の 4 つの年代による変化

心理的 well-being6 次元「人格的成長」「人生における目的」「自律性」「自己受容」「環境制御力」「積極的な他者関係」が、年代によってどのように変化するかを以下に示す。

手続きとして心理的 well-being を従属変数とし、年代 (4 つ) と次元 (6 つ) の 2 要因による 4×6 の、分散分析 (混合計画) の結果、4 つの年代と 6 次元との関係を図 1 に示す。分析結果から、心理的 well-being と年代の交互作用が .1% 水準で有意であった ($F(15.1160) = 2.57, p < .001$)。

また心理的 well-being の主効果は .1% 水準で有意であり ($F(5.1160) = 41.52, p < .001$)、年代の主効果はみられなかった ($F(1.232) = .77, n.s.$)。ここで、心理的 well-being と年代に交互作用があったため、単純主効果を検討した結果、以下のことが示された。

はじめに、4 つの年代により 6 次元に有意な差

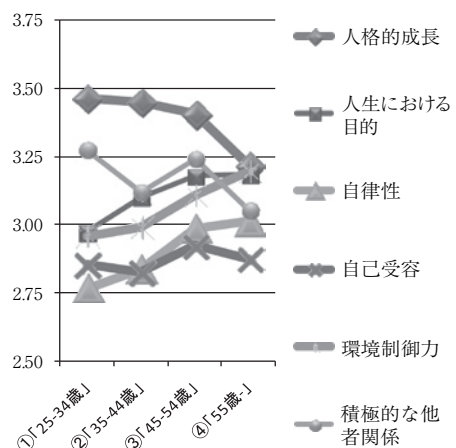


図 1 心理的 well-being6 次元と 4 つの年代

が見られた次元は「人格的成長」のみであり、年代①「25-34歳」および②「35-44歳」の方が④「55歳-」よりも高く、「人格的成長」は年代が上がるにつれて低くなることが示された。次に、その他の次元の「人生における目的」、「自律性」および「環境制御力」は年代が上がるにつれ高くなる傾向が見られた。これは、西田(2000)とほぼ一致する結果となった。また、Ryff & Keys (1995) 研究では、成人男女の3つの年代である若年齢層「18-29歳」、中年層「30-64歳」、老年層「65歳以上」で検討している。年齢層による次元の変化は、若年齢層から中年層にかけて「環境制御力」「自律性」が高くなっており、中年層から老年層にかけて「人格的成長」「人生における目的」が低くなっていることから、ほぼ一致した傾向が見られた。しかし、Ryff 研究では、年代が上がるにつれ「人生における目的」が低下しており、西田(2000)および本研究では「人生における目的」は、年代が上がるにつれ高くなる傾向が示されている。この結果の違いは、Ryff 研究が男性を含んでいるためと考えられる。

2 心理的 well-being6 次元 43 項目の 4 つの年代による違い

心理的 well-being6 次元の下位項目は、「人格的成長」「人生における目的」「自律性」の3次元はそれぞれ8項目で「自己受容」7項目、「環境制御力」と「積極的な他者関係」がそれぞれ6項目の全部で43項目の構成となっている。そこで、6つの次元間では分からなかった43項目において、年代によって有意差があった項目は「人格的成長」の2項目、「人生における目的」の1項目、「自律性」の2項目、「環境制御力」の1項目の計6項目であった。年代によって、違いが見られなかった項目の次元は「自己受容」および「積極的な他者関係」であった。

なぜ年代により違いがあったのであろうか。はじめに「人格的成長」次元の年代によって違いのあった2項目について結果を示す。「人格的成長」とは「発達と可能性の連続上において、新しい経験に向けて開かれているという感覚」(西田, 2000 以下の次元も同様)である。違いがあった、1項目目『これ以上、自分自身を高めることはできないと思う』は、年代が高くなるにつれて自分自身を高めることはできないと思う者の比率が増加しており、①「25-34歳」では約10%の割合に対して、④「55歳以上」の年代は、約40%と高くなる(表1-1)。2項目目『私の能力は、限界だと思う』は、年代が高くなるにつれて増加しており、①「25-34歳」では約20%に対して②「35-44歳」と③「45-54歳」の年代になると約40%が能力の限界を感じていた。④「55歳以上」の年代については、約60%が能力の限界を感じるようになる(表1-2)。

この2項目は、身体的な衰えを意味する内容で、若い年代と比べると年代が高くなることによる体力の減退が年代とともに低下する要因と考えられる。またこの2項目は、年代が低い方が高いよりも相関が高く、若い年代は、この2項目が同じ意味を持っており、年代が上がることで、この2項目は別々の意味を持つ項目になっていく。すなわち、年代が高くなることで、能力は高めるのみでならず、その範囲を広げたり維持する、というように質的に変化するのではないか。さらに、生涯発達の視点から「人格的成長」は、年代が上がるにつれ発達が困難になる記憶などの能力や、思考力などの年代

表 1-1 人格的成長 r4

「これ以上自分自身を高めることは、できないと思う」 (%)

人格的成長	① 25-34 歳	② 35-44 歳	③ 45-54 歳	④ 55 歳 -
4「よく当てはまる」	2.0	1.8	0.0	9.1
3「少し当てはまる」	6.0	8.2	18.8	33.3
2「あまり当てはまらない」	38.0	42.7	25.0	21.2
1「ほとんど当てはまらない」	54.0	47.3	56.3	36.4
合計% (N)	100.0 (50)	100.0 (110)	100.0 (48)	100.0 (33)

 $\chi^2 = 29.48, df = 9, p < .001$

表 1-2 人格的成長 r7

「私の能力は限界だと思う」 (%)

人格的成長	① 25-34 歳	② 35-44 歳	③ 45-54 歳	④ 55 歳 -
4「よく当てはまる」	2.0	1.8	6.3	18.2
3「少し当てはまる」	16.0	33.6	31.3	45.5
2「あまり当てはまらない」	42.0	31.8	43.8	21.2
1「ほとんど当てはまらない」	40.0	32.7	18.8	15.2
合計% (N)	100.0 (50)	100.0 (110)	100.0 (48)	100.0 (33)

 $\chi^2 = 31.28, df = 9, p < .001$

表 2 人生における目的 13

「私はいつも生きる目標を持ち続けている」 (%)

人生における目的	① 25-34 歳	② 35-44 歳	③ 45-54 歳	④ 55 歳 -
4「よく当てはまる」	16.0	22.7	31.3	36.4
3「少し当てはまる」	54.0	45.5	47.9	51.5
2「あまり当てはまらない」	22.0	30.9	18.8	12.1
1「ほとんど当てはまらない」	8.0	0.9	2.1	0.0
合計% (N)	100.0 (50)	100.0 (110)	100.0 (48)	100.0 (33)

 $\chi^2 = 17.71, df = 9, p < .05$

とともに発達する能力など、多面的な「能力の質」の検討がなされず、主に体力的能力にとどまっている。

次に「人生における目的」次元の年代によって違いがあった 1 項目について結果を示す。

「人生における目的」とは「人生の目的と方向性の感覚」である。違いがあった 1 項目『私は、いつも生きる目標を持ち続けている』は、年代が高くなるにつれ増加傾向を示している。この項目は、若い年代から約 60-70% と比較的割合が高いが、③「45-54 歳」および④「55 歳以」は、80-90% にまでなっている (表 2)。これは、幾度となく訪れる人生の転換期に前向きに生きていくため、

転換期が現れるたび、持続的に自己の未来に向かって新たな目的が必要であるということを意味しているのではないか。また、この項目は②「35-44 歳」のみ『目的なしにさまよう、目的が無く進むべき道を見出せない』といった内容の項目との負の相関が弱い。このことは②の年代が、前向きに生きようと試みるものの、目的が得られない状態をも併せ持つという、女性にとって人生の方向性を見失い易い時期である可能性がある。若い世代は、自分自身の目標と家族などの身近な他者に対する目標といったように2つの目標設定になっている可能性があり、その2つの目標のバランスが人生の目的の鍵となっている。例えば子供の自立などで家族構成が際立って変化するという、年齢の上昇にともなう子供の自立を機に、身近な他者と自分自身との2つの異なる目標を有している状況から、自分自身の目標という1つの目標に移行するのではないか。すなわち、ここでの項目の目的の方向性は、未来を指向しているが、現実の生活に追われる中での短期目標と、人生全体を見渡すことによる長期目標の内容の区別がない。

続いて「自律性」次元の年代によって違いがあった2項目について結果を示す。「自律性」とは「自己決定し、独立、内的に行動を調整できるという感覚」を意味する。1項目目『私は何かを決めるとき、世間からどう見られているかとても気になる』は、年代が上昇するにつれ、気にならなくなっており、①「25-34 歳」は、約70%であるが③「45-54 歳」、④「55 歳以上」では、約30%に減る（表3-1）。

2項目目『自分の行動を決定する時、社会的に認められるかどうかをまず考える』は、年代が高くなるにつれ減っていた。年代①「25-34 歳」が、考える人と考えない人が半々であるのに対し、③「45-54 歳」および④「55 歳以上」の人は、約75-80%に増えている（表3-2）。

これは、年代とともに生きていく世界の広がり、繋がり拡大を表し、自主的な行動の選択を意味しているのではないか。また、これを裏付ける結果として、2項目間の関係は③「45-54 歳」がほかの年代と比べて相関が高かった。しかし「自律性」の項目内容が、家庭で想定される自分の行動の処し方なのか、または仕事上なのかというように、生活領域を切り分けていないために、年代が上がるにつれ拡大する、どの生活領域を指しているものなのか明確化されていない。

さいごに、「環境制御力」次元の年代によって違いがあった1項目についての結果を示す。「環境制御力」とは「複雑な周囲の環境を統制できる有能さの感覚」である。

自分の周りで起こった問題に、柔軟に対応することができる』は、年代が高くなるにつれ増加傾向を示している。年代①「25-34 歳」では、約70%に対し③「45-54 歳」および④「55 歳以上」は、約95%の人が柔軟に対応できると思っていた（表4）。これは、年代が高くなるに従って周囲の環境を、自分の力で切り開いていくことを意味しているのではないか。このことを裏付ける結果として、③「45-54 歳」の年代は、その他の年代と比べると、この項目とその他の「環境制御力」項目間の相関が一番高い値を示している。生涯発達の視点から見ると「適応」が、自らを環境に合わせるといった受け身であるのに対し「対応」は、自分自身の生き方を選択するという積極的な要素をもっており、発達視点から年代が上がるにつれ降りかかる様々な問題の積極的な問題解決に「対応」は必要不可欠な要素である。しかし「環境制御力」の項目は、「対応」に価する項目が「適応」より数が少ない。

表 3-1 自律性 r17

「私は何かを決めるとき、世間からどう見られているかとても気になる」(%)

自律性	① 25-34 歳	② 35-44 歳	③ 45-54 歳	④ 55 歳 -
4「よく当てはまる」	20.0	10.9	0.0	3.0
3「少し当てはまる」	46.0	43.6	31.3	33.3
2「あまり当てはまらない」	18.0	29.1	52.1	33.3
1「ほとんど当てはまらない」	16.0	16.4	16.7	30.3
合計 % (N)	100.0 (50)	100.0 (110)	100.0 (48)	100.0 (33)

 $\chi^2 = 26.56, df = 9, p < .01$

表 3-2 自律性 r23

「自分の行動を決定するとき、社会的に認めらるかどうかをまず考える」(%)

自律性	① 25-34 歳	② 35-44 歳	③ 45-54 歳	④ 55 歳 -
4「よく当てはまる」	12.0	2.7	2.1	0.0
3「少し当てはまる」	40.0	36.4	22.9	24.2
2「あまり当てはまらない」	42.0	46.4	54.2	42.4
1「ほとんど当てはまらない」	6.0	14.5	20.8	33.3
合計 % (N)	100.0 (50)	100.0 (110)	100.0 (48)	100.0 (33)

 $\chi^2 = 23.90, df = 9, p < .01$

表 4 環境制御力 35

「自分の周りで起こった問題に、柔軟に対応することができる」(%)

環境制御力	① 25-34 歳	② 35-44 歳	③ 45-54 歳	④ 55 歳 -
4「よく当てはまる」	8.0	10.9	18.8	24.2
3「少し当てはまる」	62.0	72.7	75.0	69.7
2「あまり当てはまらない」	30.0	16.4	4.2	6.1
1「ほとんど当てはまらない」	0.0	0.0	2.1	0.0
合計 % (N)	100.0 (50)	100.0 (110)	100.0 (48)	100.0 (33)

 $\chi^2 = 22.96, df = 9, p < .01$

以上本研究結果、1. 成人女性の心理的 well-being6 次元の年代別変化、2. 下位項目における年代別変化をまとめ以下に示す。はじめに、心理的 well-being6 次元の年代による変化を次元別にまとめると「人格的成長」は年代が上がるにつれ低くなり、一方「人生における目的」、「自律性」および「環境制御力」は、年代が上がることで得点が高くなる西田（2000）と同様な傾向が示された。しかし、「自己受容」および「積極的な他者関係」は本研究の結果は特異な変化を表していた。特に「積極的な他者関係」について述べると、①「25 - 34 歳」および③「45 - 54 歳」の 2 つの年代はその他 2 つの年代よりも得点が高く年代が上がるにつれ「積極的な他者関係」が高くなるという西田（2000）およ

び Ryff ら (1995) と同様な結果に至らなかった。次に、下位項目では、年代により違いがある項目は「人格的成長」の2項目、「人生における目的」の1項目、「自律性」の2項目、「環境制御力」の1項目の全6項目であった。また下位項目で、年代によって違いが見られなかった項目は「自己受容」の7項目、および「積極的な他者関係」6項目であった。

IV 考察と課題

本研究から得られた下位項目からの、新たな知見および可能性について、心理的 well-being6 次元および下位項目の結果から考察する。本研究では、西田 (2000) が明らかにした次元レベルを、年代による下位項目レベルから具体的内容を検討することで、年代による変化のさらに詳しい様相が明らかになった。はじめに「人格的成長」は、年代とともに低くなり自分自身を高めることや、能力の限界を感じ始めることがわかった。年代によって違いがない項目内容が、例えば『私は新しい経験を積み重ねるのが楽しみである』や『自分らしさや個性を伸ばすために、新たなことに挑戦することは重要だと思う』など、新しい「経験」に開かれる内容を問う項目に対し、年代によって違いがある項目は、自分自身の「成長」や「能力」の身体的能力の成長に関する限界を問う内容である。すなわち、年代が上がることで成長や能力の限界を感じるが増加する傾向があるのは、この成長・能力が「身体的」な能力としてとらえられているといえる。これを裏付ける研究として岡本 (1997) は、成人中期の面接調査で「いずれも、40代の初めに、今まで味わったことのない心身の否定的な変化を体験している」と述べている。このことから、心理的にまた身体的にも否定的な変化を体験することによって自分自身の能力などの限界を感じる人は年代が高くなると増えると考えられる。特に、本研究でわかったことは、年代が③「45-54歳」までは緩やかに「人格的成長」が下降傾向を示しているが、④「55歳以上」で急に低くなることの意味は、この④「55歳以上」という年代はその前の年代と比べると心身ともに急激な衰えを感じ始める時期であろうと思われる。さらに「女性の場合は、更年期の心身の変化が加重される (岡本, 1997)」時期でもあり子供の巣立ちといった家族間の変化も加わろう。以上から「人格的成長」次元は、身体的能力に深く関わる次元であり、年代の上昇とともに低下することが納得される。

次に、年代に伴い高くなっていく下位項目を持った次元は「人生における目的」、「自律性」および「環境制御力」であった。「人生における目的」では、年代が上がるとともに人生の目標を持ち続ける人が増えることが示唆された。年代によって違いがない項目内容が例えば『私の人生は退屈で興味がわからない』や『自分がどんな人生を送りたいのか、はっきりしている』など、「現在」の自分自身の目標を問う内容に対して、年代によって違いがある項目内容は、自分自身はいつも生きる目標を持ち続けているのだ、という「プロセス」、すなわち現在進行形を意味した内容である。そして、そこには常に生きる目標を持ち続けるといった前向きな姿が示された。これは「成人期の発達は、『危機→再体制化→再生』の繰り返しのプロセス (岡本, 1997)」といわれるように、「人格的成長」の危機を各段階で乗り越えようとしている表れであり、成人期には幾度となく訪れる人生の各段階の危機を受

入れ、再吟味し、再達成するといった繰り返しのプロセスであり「心理社会的発達」は、危機的段階の解決によって前進する」(Erikson, 1959; 小此木訳, 1973) ことに他ならない。すなわち「人生における目的」では人生の「再生プロセス」の視点が、年代の上昇とともに重要な要素であると示唆された。「自律性」は年代が上がるとともに、自分がある行動をとるとき、世間や社会的に認められるかを考えることが少なくなってくるのがわかった。年代によって差がない項目内容が、例えば『重要なことを決めるとき、他の人の判断に頼る』や『自分の行動は自分で決める』など「身近な人」との自律関係を想定した項目内容であるのに対し、年代によって違いが見られた項目内容は、社会的・世間に対して自分のとる行動や判断といった「広い一般的社会」に対する自律性を問う内容である。年代が上がることによって、自分が起こす行動は社会的に評価されることに基づくことが少なくなり自己決定するようになっていく。これは、女性が年代とともに広がりゆく社会の中で自分自身が「選び取ってゆく」姿を現しているといえよう。そして、自分自身が「社会を担い、築く」という状況に、さまざまな生活場面において置かれるようになる。すなわち「自律性」は、年代とともに「拡大する生活領域での生活場面における自律性」が重要な要素であるといえる。「環境制御力」は年代とともに、自分に降りかかった問題に対して柔軟に対応できるようになってくるのがわかった。年代によって違いがなかった項目内容が例えば『私は、うまく周囲の環境に適応して、自分を生かすことができる』や『自分の身に降りかかってきた悪いことを、自分の力でうまく切り抜けることができる』といった周囲の状況に「適応」することが中心であるのに対し、年代によって違いがある項目内容は、積極的に「対応」し自分の道を切り開いていく、といった内容である。すなわち「環境制御力」は、「自己の環境を積極的に支配」(Erikson, 1959; 小此木訳, 1973) する、年代とともに受け身ではない「積極的な問題解決」が重要な要素であるといえる。

ここで年代によって違いが見られた下位項目分析から分かった、新たな知見をまとめると以下のようになる。年代にともなう重要な要素は、人格的成長では「身体的な衰え」、人生における目的では「人生の再生プロセス」、自律性では「広がる社会場面での自律性」、環境制御力では「積極的な問題解決」である。また、年代によって違いが見られなかった項目を持つ「自己受容」および「積極的な他者関係」は、全成人期を通して同程度重要または必要な要素であると解釈した。すなわち、自己のいい面悪い面も含め客観的に自己をとらえることは、他者に対しても同様、発達という観点で重要である。自己を知って相手も知ることで、人と人との関係性において適度な距離感を持って人間関係を築くことは女性に限らず人にとって生涯重要である。また、自己受容することで「自己の存在のすべてを受け入れられ、— (中略) —自らを向上させようと努め」(Allport, 1961; 宇津木訳, 1974)、他者と親密になる要素の基盤になるという。

以上、年代による下位項目の相違に基づく新たな重要な要素を説明できた。これらの知見が、さらに具体的な各ライフステージの1つの提案となるためには、以下の課題が残された。第1に、女性の多様な生き方を検討するためには就労状況、子育て状況などを検討する必要がある。第2に、本研究の心理的 well-being⁶ 次元の検討で既存研究との違いがあった「人生における目的」は、対象者に男

性がいなかったことが影響しているのだろうか、すなわち次元によっては、対象者の違いに影響されやすい次元と影響されにくい次元とがあるのではないかと、などの検討である。以上を含め今後の研究の検討事項としたい。

引用文献

- Allport, G. W. (1961). *Pattern and growth in personality*. New York: Holt, Rinehart & Winston
- Erikson, Erik H (1959). Identity and the life cycle. *Psychological Issues*, 1, pp. 18-164
- Erikson, Erik H; 小此木啓吾 訳 (1973). 自我同一性—アイデンティティとライフサイクル—誠信書房
- Jung, C. G. (1933). *Modern man in search of a soul* (W. S. Dell & C. F. Baynes, Trans.) New York: Van Nostrand.
- Maslow, A. H. (1968). *Toward a Psychology of being* (2nd ed.). New York: Van Nostrand.
- 村上隆 (2000). 質問紙法における因子分析の利用をめぐる「アルファ係数」をめぐる、日本教育心理学会、第 42 回, p. s17
- 西田裕紀子 (1999). 成人期女性の心理的 well-being に関する研究 (1) —心理的 well-being 尺度の作成—, 日本教育心理学会, 第 41 回, p. 693
- 西田裕紀子 (2000). 成人女性の多様なライフスタイルと心理的 well-being に関する研究, 教育心理学研究, 第 48 巻, 第 4 号, pp. 433-443
- 岡本裕子 (1997). 中年からのアイデンティティ発達の心理学 成人期・老年期の心の発達と共に生きることの意味 ナカニシヤ出版
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person*. Boston: Houghton Mifflin.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 57, pp. 1069-1081.
- Ryff, C. D. & Keys, C. L. M. (1995). The structure of Psychological well-Being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 69, No 4, pp. 719-727.
- 酒井淳子・矢野紀子・羽田野花美・澤田忠幸 (2004). 30 歳代女性看護師の専門職性と心理的 well-being —組織コミットメントおよび職業コミットメントのタイプによる検討—, 愛媛県立医療技術大学紀要, 第 1 巻, 第 1 号, pp. 9-15
- 酒井恵子 (2001). 価値概念の個人差とその背景—価値尺度作成課題による検討—, 教育心理学研究, 第 49 巻, pp. 102-111
- 澤田忠幸・赤澤淳子・上田淑子 (2008). 小中学校教員における職業意識および仕事と家庭の Spillover —既婚有子の女性の well-being との関連—教育心理学会, 第 50 回, p. 257
- 竹村明子 (2007-2008). 目標達成が困難の状況への対処方法と心理的 well-being との関係, 琉球大学教育学部紀要, No. 71, pp. 183-190
- 張 昌鎬・尹 敏榮・呉 東根 (2001). 韓国の職場女性の主観的 QOL に関する研究: 主観的 well-being と心理的 well-being を中心に長崎ウエスレヤン短期大学地域総合研究所研究所報, 10, pp. 1-15
- 宇津木保 (1974). オールポートとの対話, 誠信書房
- Vandewater, Elizabeth A.; Ostrove, Joan M.; Stewart, Abigail J. (1997). Predicting women's well-being in midlife: The importance of personality development and social role involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 72 (5), pp. 1147-1160

資料 1) 心理的 well-being6 次元 43 項目 西田 (2000)

<p>1 人格の成長 (Personal Growth) : 「発達と可能性の連続上において、新しい経験に向けて開かれているという感覚」</p> <p>1・これから私はいろいろな面で成長し続けたいと思う</p> <p>2・新しいことに挑戦して、新たな自分を発見するのは楽しい</p> <p>r3・私には、もう新しい経験や知識は必要ないと思う</p> <p>r4・これ以上、自分自身を高めることは、できないと思う</p> <p>5・自分らしさや個性を伸ばすために、新たな事に挑戦することは重要だと思う</p> <p>6・私は新しい経験を積み重ねるのが、楽しみである</p> <p>r7・私の能力は、もう限界だと思う</p> <p>8・私の人生は、学んだり変化したり成長したりする連続した過程である</p>	<p>2 人生における目的 (Purpose in Life) : 「人生における目的と方向性の感覚」</p> <p>r9・私は現在、目的なしに、さまよっているような気がする</p> <p>r10・私の人生にはほとんど目的がなく進むべき道を見出せない</p> <p>r11・本当に自分のやりたいことが何なのか、見出せない</p> <p>12・自分がどんな人生を送りたいのか、はっきりしている</p> <p>13・私はいつも生きる目標を持ちつづけている</p> <p>r14・私は、自分が生きていることの意味を見出せない</p> <p>r15・私の人生は退屈で、興味がわからない</p> <p>16・私は、自分の将来に夢を持っている</p>
<p>3 自律性 (Autonomy) : 自己決定し独立内的に行動を調整できるという感覚</p> <p>r17・私は何かを決めるとき、世間からどう見られているかとても気になる</p> <p>r18・重要なことを決める時他の人の判断に頼る</p> <p>r19・自分の生き方を考えると、人の意見に左右されやすい</p> <p>r20・自分の考え方は、その時の状況や他の人の意見によって、左右されがちである</p> <p>21・何かを判断するとき、社会的な評価よりも自分の価値観を優先する</p> <p>22・私は、自分の行動は自分で決める</p> <p>r23・自分の行動を決定するとき、社会的に認められるかどうかをまず考える</p> <p>24・習慣にとらわれず、自分自身の考えに基づいて行動している</p>	<p>4 自己受容 (Self-Acceptance) : 自己に対する積極的な感覚</p> <p>25・私は自分の生き方や性格をそのまま受け入れることができる</p> <p>26・私は、自分自身が好きである</p> <p>r27・私は、自分の性格についてよく悩むことがある</p> <p>28・良い面も悪い面も含め、自分自身のありのままの姿を受け入れることができる</p> <p>29・私は、今とは異なる自分になりたいと思う</p> <p>30・私は、これまでの人生において成し遂げてきたことに、満足している</p> <p>31・私は、自分に対して肯定的である</p>
<p>5 環境制御 (Environmental Mastery) : 複雑な周囲の環境を統制できる有能さの感覚</p> <p>32・私は、うまく周囲の環境に適応して、自分を生かすことができる</p> <p>33・状況をよりよくするために、周りに柔軟に対応することができる</p> <p>34・自分の身に降りかかってきた悪いことを、自分の力でうまく切り抜けることができる</p> <p>35・自分の周りで起こった問題に、柔軟に対応することができる</p> <p>36・自分の今の立場は、さまざまな状況に折り合いをつけながら、自分で作り上げたものである</p> <p>37・私は、周囲の状況にうまく折り合いをつけながら、自分らしく生きていると思う</p>	<p>6 積極的な他者関係 (Positive Relationships with Others) : あたたく信頼できる他者関係を築いているという感覚</p> <p>38・私は、あたたく信頼できる友人関係を築いている</p> <p>r39・他者との親密な関係を維持するのは、面倒くさいことだと思う</p> <p>r40・私はこれまでに、あまり信頼できる人間関係を築いてこなかった</p> <p>41・私は、他者といると、愛情や親密さを感じる</p> <p>42・私は他者に強く共感できる</p> <p>43・自分の時間を他者と共有するのはうれしいことだと思う</p>

注 1: 波線は年代により違いがあった項目 注 2: 項目番号の前に r があるものは逆転項目